Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran (JAKK), Vol. 2, No. 2, Juli 2022
p-ISSN: 2962-8245| e-ISSN: 2962-7133

Original Article

Optimalisasi Program Edukasi Pencegahan Stroke 'Cerdik' pada Penderita Hipertensi

Optimization of the 'Smart' Stroke Prevention Education Program for Hypertension Patients

Nurul Laili[1], Sutiyah Heni[1], Wahyu Tanoto[2]

[1]Program Studi Profesi Ners, STIKES Karya Husada Kediri, Jawa Timur
[2]Program Studi Diploma III Keperawatan, STIKES Karya Husada Kediri, Jawa Timur

*Email Korespondens: nurullaili230279@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menyebabkan komplikasi salah satunya Stroke. Komplikasi tersebut dapat dicegah dengan melakukan pengontrolan dan perawatan diri melalui program edukasi pencegahan Stroke. Pengetahuan dalam perawatan diri pada pasien dengan penyakit kronis merupakan hal yang dibutuhkan untuk keberhasilan manajemen serta kontrol dari penyakit kronis tersebut. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah adalah memberikan edukasi tentang cara mencegah komplikasi Stroke pada penderita Hipertensi agar komplikasi penyakit dapat di cegah secara optimal. Edukasi dilaksanakan pada tanggal 28 – 29 April 2023, di Desa Darungan Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. Peserta penyuluhan yang mengikuti sebanyak 35 orang. Jumlah mahasiswa yang mengikuti kegiatan sejumlah 5 mahasiswa. Metode yang digunakan ceramah, diskusi/ tanya jawab dengan media leaflet, video. Penjelasan materi menggunakan media LCD dan laptop. Hasil pengisian kuesioner tentang program pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi di dapatkan sebagian besar memiliki pengetahuan baik setelah dilakukan edukasi. Program edukasi pencegahan penyakit Stroke dapat di lakukan melalui kegiatan promosi kesehatan. Edukasi dapat memberikan motivasi dan informasi kesehatan. Promosi kesehatan yang dilakukan oleh perawat melalui pengetahuan dan skill untuk memberikan asuhan keperawatan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang penyakit kronis seperti Hipertensi. Diharapkan melalui edukasi dapat meningkatkan kesadaran terhadap pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi.

Kata kunci: Edukasi, Stroke, Cerdik, Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a disease that can cause complications, one of which is stroke. These complications can be prevented by controlling and self-care through stroke

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.


prevention education programs. Knowledge in self-care in patients with chronic diseases is needed for the successful management and control of these chronic diseases. The purpose of community service activities is to provide education on how to prevent stroke complications in people with hypertension so that disease complications can be prevented optimally. The education was held on April 28-29 2023, in Darungan Village, Pare District, Kediri Regency. Counseling participants who followed as many as 35 people. The number of students who took part in the activity was 5 students. The methods used are lectures, discussions/questions and answers with the media of leaflets, videos. Explanation of the material using LCD media and laptops. The results of filling out questionnaires about stroke prevention programs in hypertension sufferers found that most of them had good knowledge after being educated. Stroke prevention educational programs can be carried out through health promotion activities. Education can provide motivation and health information. Health promotion carried out by nurses through knowledge and skills to provide nursing care can increase people's knowledge and understanding of chronic diseases such as hypertension. It is hoped that education can increase awareness of stroke prevention in hypertension sufferers.

Keywords: Education, Stroke, Cerdik, Hypertension

Submit: 7 Juli 2023| Revisi: 13 Juli 2023| Diterima: 20 Juli 2023| Online: 21 Juli 2023
Sitasi: Laili, N., Heni, S., & Tanoto, W. (2023). Optimalisasi Program Edukasi Pencegahan Stroke 'Cerdik' pada Penderita Hipertensi. Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran, 2(2), 53–65. https://doi.org/10.55018/jakk.v2i2.40

Pendahuluan

Hipertensi merupakan keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg (Yonata & Pratama, 2016). Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi terhadap organ lain antara lain pada otak dan mengalami Stroke. Faktor utama risiko terjadinya Stroke adalah Hipertensi sistolik maupun diastolik yang dapat menyebabkan perubahan pada pembuluh darah otak (Rianti et al., 2019). Penderita Stroke dapat mengalami, kecacatan fisik sehingga terjadi pembatasan kemampuan aktivitas sehari-hari seperti mandi, berjalan, berpindah tempat dan aktivitas sehari-hari yang lainnya (Husnaniyah et al., 2022). Pembatasan kemampuan aktivitas membutuhkan perawatan diri agar kemampuan fisik dapat menjadi optimal. Kemampuan kognitif yang kurang dipahami dalam perawatan diri pada pasien Hipertensi merupakan salah satu masalah yang menyebabkan penyakit Stroke.

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian di dunia, sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita Hipertensi, diperkirakan pada tahun 2025 akan mengalami peningkatan sebanyak 1,5 miliar. Setiap tahunnya ada 9,4

Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

juta orang meninggal akibat Hipertensi dan komplikasinya (Husnaniyah et al., 2022). Hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi terjadinya Stroke yaitu 64 per 100.000 kejadian Stroke. Hipertensi yang tidak tertangani menyebabkan angka kejadian pasien meninggal dunia setiap tahun sejumlah 9,4 juta dengan presentase karena penyakit jantung sejumlah 45% dan Stroke sejumlah 51% (Husnaniyah et al., 2022). Menurut WHO (2017) sebanyak 9,4 juta kematian terjadi di dunia setiap tahunnya, dan sebesar 16,5% dari seluruh angka kematian dikaitkan dengan tekanan darah tinggi salah satunya terjadinya komplikasi Stroke. Sedangkan Indonesia menduduki peringkat ke-8 dengan prevalensi sebesar 26,5% di Asia (Chia et al., 2017). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia pada tahun 2018, prevalensi Hipertensi sebesar 33,4% pada laki-laki dan 35,4 % pada perempuan. Angka ini meningkat dari 25,8% pada 2013 menjadi 34,1% pada 2018 (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Angka kejadian penderita Hipertensi di Provinsi Jawa Timur sebesar 49,70% Tahun 2020 mengalami peningkatan sebesar 14,10% (Riskesdas, 2018).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah di dunia maupun di Indonesia. Beberapa faktor terjadinya resiko Hipertensi seperti jenis kelamin, umur dan suku serta faktor lingkungan meliputi konsumsi garam, strees, obesitas, merokok dan mengonsumsi alkohol. Hipertensi tidak menimbulkan gejala khas, jika Hipertensi tidak di tangani dan di kontrol dengan tepat dapat menimbulkan berbagai komplikasi yang dapat mengancam kehidupan salah satunya terjadinya Stroke (Yonata & Pratama, 2016). Hipertensi dapat mengakibatkan pecahnya pembuluh darah otak atau menyebabkan penyempitan pembuluh darah otak, sehingga dapat mengakibatkan komplikasi Stroke (Husnaniyah et al., 2022). Stroke adalah penyebab utama terjadinya gangguan fungsional yang dapat berdampak pada kehidupan seseorang pada keluarga yang merawatnya. (Rianti et al., 2019). Faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya penyakit Stroke pada penderita Hipertensi di sebabkan karena jarang melakukan kontrol tekanan darah, mengonsumsi makanan siap saji *(fast food)* yang mengandung kadar lemak tinggi, konsumsi minuman beralkohol, tidak patuh dalam minum obat anti-Hipertensi,

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

kerja berlebihan, dan stress (Prabawati, 2014).

Pengetahuan dalam perawatan diri pada pasien dengan penyakit kronis merupakan hal yang kompleks dan dibutuhkan untuk keberhasilan manajemen serta kontrol dari penyakit kronis tersebut (Eriyani et al., 2022). Perawatan diri berkaitan dengan upaya penderita Hipertensi dalam mengelola dirinya sendiri dan mempertahankan perilaku yang efektif dalam menghadapi penyakit Hipertensi yang di derita (Fauziah & Syahputra, 2021). Tujuan Perawatan diri lainnya dapat di lakukan dengan konsumsi obat, konsumsi rendah natrium dan diet rendah lemak, olahraga, membatasi minum alkohol, tidak merokok, penurunan berat badan, monitor tekanan darah secara teratur, kunjungan perawatan kesehatan rutin, dan mengurangi stress (Han et al., (2014). Praktik perawatan diri yang kurang di patuhi oleh penderita Hipertensi, dikarenakan kemampuan yang kurang dalam merubah gaya hidup. Kemampuan perawatan diri yang kurang akan meningkatkan hospitalisasi berulang, dan pembiayaan akan semakin meningkat. Penderita Hipertensi memiliki kemampuan dalam melakukan perawatan diri yang berkualitas dan baik akan mendukung dalam melakukan pencegahan serta mengurangi resiko dan komplikasi penyakit yang sedang dideritanya (Suprayitno & Damayanti, 2020).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2013), kurang dikenalinya gejala Stroke, belum maksimalnya pelayanan Stroke, rendahnya kesadaran mengenai faktor risiko Stroke, dan kepatuhan tentang program terapi untuk pencegahan Stroke ulang yang rendah menjadi permasalahan yang muncul pada pelayanan Stroke di Indonesia. Kendala tersebut dapat menjadikan peningkatan angka kematian yang diakibatkan Stroke, tingginya kejadian Stroke ulang di Indonesia, dan kejadian Stroke baru (Amila, 2019). Perawat memiliki peran dalam memberikan asuhan keperawatan terkait dengan meningkatkan taraf kesehatan masyarakat. Peran perawat dalam meningkatkan taraf kesehatan masyarakat salah satunya adalah melakukan tindakan pencegahan *(preventive)* terhadap terjadinya penyakit Stroke. Peran perawat terkait tindakan pencegahan *(preventive)* adalah memberikan edukasi *(educator)* tentang cara pencegahan penyakit Stroke (Setiawan, 2020).

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

Peran perawat sebagai edukasi *(educator*) adalah dengan memberikan pendidikan terkait peningkatkan gaya hidup sehat dengan program edukasi pencegahan Stroke yang dapat di lakukan dengan cara perilaku “CERDIK”, yaitu Cek Kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktifitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stress. CERDIK adalah slogan yang berisi pesan yang mudah diingat agar masyarakat memahami dan mampraktikan gaya hidup sehat untuk mencegah terkena penyakit tidak menular (Rustiawati, 2022).

Program edukasi pencegahan penyakit Stroke dapat di lakukan melalui kegiatan promosi kesehatan. Peran perawat dalam memberikan edukasi kesehatan dapat di lakukan melalui upaya promosi kesehatan (Oktarina et al., 2020). Promosi kesehatan menjadi salah satu cara yang tepat untuk memberikan motivasi dan informasi yang dapat dipercaya masyarakat. Promosi kesehatan yang dilakukan oleh perawat karena perawat menggunakan pengetahuan dan skill yang dimiliki untuk memberikan asuhan proses keperawatan yang efektif dapat memanajemen penyakit kronis seperti Hipertensi.

Tujuan di laksanakan pengabdian kepada masyarakat adalah adalah memberikan edukasi tentang cara mencegah komplikasi Stroke pada penderita Hipertensi agar kualitas hidupnya menjadi lebih baik dan komplikasi penyakit dapat di cegah secara optimal.

Bahan dan Metode

Metode pengumpulan data pada saat kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan mengukur tingkat pengetahuan masyarakat menggunakan kuesioner. Kegiatan dilakukan selama 2 hari pada tanggal 28 – 29 April di wilayah Desa Darungan Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. Kegiatan edukasi atau penyuluhan melibatkan 5 mahasiswa dan pihak kader desa. Peserta penyuluhan adalah masyarakat yang mengikuti kegiatan Prolanis. Peserta penyuluhan berjumlah 35 orang. Masyarakat yang mengikuti kegiatan penyuluhan diberikan kuesioner tentang cara mencegah komplikasi Stroke melalui program Cerdik dari pemerintah. Setelah pengkajin dilakukan, kemudian di lanjutkan dengan pemberian penyuluhan atau edukasi tentang pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi. Program pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi melalui program Cerdik yakni

Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

Cek Kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktifitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stress.

Untuk melihat keberhasilan edukasi, semua peserta penyuluhan di berikan kuesioner. Data yang sudah di olah kemudian di sajikan dengan prosentase sesuai kriteria. Data di sajikan dalam bentuk tabel dengan penjelasan angka dan prosentase. Pengabdian kepada masyarakat menggunakan instrumen leafleat sebagai media edukasi yang dapat di baca ulang oleh peserta. Media edukasi menggunakan sarana LCD dan laptop, dengan tampilan Ppt dan video. Instrumen kuesioner berisi pertanyaan tentang program pencegahan Stroke 'Cerdik' pada penderita Hipertensi.

Hasil

Hasil penilaian kuesioner yang di kumpulkan dari peserta penyuluhan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi program pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi.

Tabel 1 Karakteristik Peserta Penyuluhan (n = 35)

No	Karakteristik Responden	F	%
1.	**Usia**		
	40-45 tahun	16	45.7
	45-50 tahun	19	54.3
	Total	35	100
2.	**Jenis kelamin**		
	Perempuan	21	60
	Laki-laki	14	40
	Total	35	100
3.	**Riwayat Hipertensi dalam keluarga**	27	77.1
	Ya	8	22.9
	Tidak		
	Total	35	100
4.	**Riwayat Pendidikan**		
	Tidak Sekolah	1	2.9
	SD	3	8.6
	SMP	12	34.3
	SMA/Sederajat	15	42.9
	Perguruan Tinggi	4	11.4
	Total	35	100
5.	**Pekerjaan**		
	Tidak Bekerja	17	48.6
	Wiraswasta	11	31.4
	PNS	7	20
	Total	35	100

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

6.	**Pernah mendapatkan Informasi**		
	Pernah	28	80
	Tidak Pernah	7	20
	Total	35	100

Berdasarkan hasil tabel 1 menunjukan sebagian besar responden berusia 45 - 50 tahun (54.3%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (60%), sebagian besar dari responden mempunyai riwayat Hiperteni dalam keluarga (77.1%), hampir setengah responden memiliki pendidikan SMA (42,9%), hampir setengah dari responden (42.8%) tidak bekerja dan sebagian besar dari responden (80%) pernah mendapatkan informasi.

Tabel 2. Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi

No	Kriteria	Sebelum Edukasi		Sesudah Edukasi	
		n	**%**	**n**	**%**
1.	Baik	0	0	25	71.4
2.	Cukup	11	31.4	10	28.6
3.	Kurang	24	68.6	0	0
	Total	35	100	35	100

Berdasarkan hasil tabel 2 menunjukan sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang sebelum edukasi/ penyuluhan (68.6%), dan sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik sesudah edukasi/ penyuluhan (71.4%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil evaluasi sebelum diberikan edukasi didapatkan hasil yaitu sebagian besar responden dengan prosentase 68.6 % memiliki kriteria pengetahuan kurang. Hasil evaluasi sesudah di berikan edukasi di dapatkan hasil yaitu sebagian besar responden dengan prosentase 71.4 % memiliki kriteria pengetahuan baik tentang program pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi melalui program Cerdik.

Kesadaran masyarakat untuk melakukan kontrol tekanan darah masih jauh dari yang diharapkan. Hal ini kemungkinan disebabkan karena meningkatnya tekanan darah tidak menunjukkan gejala-gejala, disamping kurangnya pengetahuan tentang faktor resiko meningkatnya tekanan darah tersebut (Joeliantina, 2019). Hipertensi tidak terkontrol menyebabkan munculnya penyakit Stroke, awal mula keluhan penyakit tersebut dikarenakan adanya penyempitan hingga pecahnya

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

pembuluh darah otak (Suprayitno, 2020).

Komplikasi dapat diminimalisir, jika penderita dapat merubah perilaku dan gaya hidup yang lebih sehat pada kehidupan sehari hari yang akan mempengaruhi kepatuhan individu terhadap pencegahan penyakit tersebut seperti seperti kepatuhan minum obat, pemantauan tekanan darah secara rutin, diet Hipertensi, manajemen berat badan, merokok, aktivitas sehari hari dan menghindari stres (Eriyani et al., 2022). Kesadaran melakukan perawatan sebagai bentuk pencegahan masih minim jika dilihat dari hasil penelitian. Upaya peningkatan pengetahuan dalam melakukan perawatan pencegahan Stroke, dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya jenis kelamin, riwayat pendidikan, lama menderita Hipertensi.

Karakteristik jenis kelamin didapatkan pada laki laki cenderung lebih sulit untuk melakukan perawatan diri seperti mematuhi mengkonsumsi obat dan merubah gaya hidup sehingga laki laki cenderung terindikasi Hipertensi pada usia dewasa namun wanita akan terindikasi Hipertensi pada usia lanjut (*menopause*). Sejalan pendapat Prasetyaningrum, (2014) perempuan lebih beresiko mengalami Hipertensi dibandingkan dengan laki-laki diakibatkan wanita memasuki masa menopasuse. Pendapat lain dikemukakan oleh Nurhayati, (2019), bahwa kualitas fisik dan lingkungan yang kurang baik dapat mempengaruhi kualitas hidup yang akan memberikan dampak ketidak mandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Perilaku kognitif meyakini pola pemikiran manusia terbentuk melalui proses rangkaian stimulus-kognisi respon yang saling terkait dan membentuk jaringan dalam otak manusia, dimana faktor kognitif akan menjadi penentu dalam menjelaskan bagaimana manusia berpikir, merasa, dan bertindak. Jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap kemampuan kognitif dalam perawatan diri, namun kesadaran yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku seseorang (Siti, 2021).

Pendidikan berpengaruh terhadap pola pikir individu, pola pikir berpengaruh terhadap perilaku seseorang menghadapi suatu hal. Sejalan dengan pendapat S. Nasution, (2005) tingkat pendidikan mempengaruhi tinggi rendahnya pengetahuan seseorang. Peningkatan pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencegahan Stroke dapat

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

diperoleh dari pendidikan formal dan non formal. Seseorang yang mendapatkan pendidikan memadai akan mempengaruhi perilaku dan kesadaran untuk melakukan perubahan gaya hidup dan perilaku pencegahan Stroke dalam kehidupan sehari hari (Nurmayunita, 2019). Seseorang yang mendapatkan pendidikan memadai, apabila kesadaran terhadap kesehatan kurang, berdampak pada kurangnya motivasi dan bertahan pada kebiasaan lama. Berdasarkan data di atas bahwa riwayat pendidikan mempengaruhi perilaku seseorang terhadap perubahan perilaku dalam menyelesaikan masalah kesehatan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka cenderung lebih mudah menerima informasi. Kemampuan tersebut dapat terealisasikan dengan baik jika di ikuti kesadaran individu terhadap perawatan diri sebagai bentuk pencegahan Stroke.

Intervensi CERDIK berisi upaya pencegah terjadinya penyakit tidak menular salah satunya penyakit Stroke. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku kesehatan penderita Hipertensi untuk mencegah terjadinya penyakit Stroke. Pemberian intervensi CERDIK dapat mempengaruhi kemampuan kognitif dalam perawatan diri. Penerapan CERDIK dimulai dari individu dengan rentang usia dewasa muda hingga pra lansia (Sepriani, 2022). Intervensi tersebut merupakan kombinasi dalam mencegah terjadinya komplikasi pada penderita Hipertensi. Penyampaian intervensi melalui promosi kesehatan dengan penjelasan secara rinci dan mudah di pahami kepada responden.

Program edukasi pencegahan Stroke melalui promosi kesehatan pada responden yang terindikasi Hipertensi. Dikumpulkan pada satu tempat dan waktu dengan pemberian intervensi menggunakan media lefleat dan Ppt agar mudah di pahami responden dan menjelaskan secara rinci tentang program CERDIK. Pada pemberian intervensi CERDIK yang terdiri dari program kesehatan seperti cek kesehatan secara berkala, enyah atau menghindari asap rokok, rajin melakukan aktivitas fisik, diet gizi seimbang, istirahat yang cukup dan mengurangi stress.

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat mendapat pengetahuan tentang CERDIK pada usia dewasa akhir, usia tersebut rentan adanya keluhan penyakit akut

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

maupun kronis, sehingga lebih antusias dalam melakukan pencegahan penyakit (Lestari, 2018). Usia dewasa akhir merupakan usia dengan pola pikir yang matang sehingga kemampuan kognitif lebih berkembang. Kemampuan ini yang menentukan cepat tidaknya suatu masalah yang dihadapi dapat diselesaikan dikarenakan proses mengingat dan berpikir serta pengalaman (Zakiah, 2019). Sejalan dengan data di atas bahwa usia dewasa merupakan usia matang dalam menyerap dan memahami informasi yang didapat sesuai tingkatan kognitif. Jika kemampuan kognitif individu baik, sesuai dengan pengalaman yang di rasakan, akan mempengaruhi hasil intervensi dari edukasi yang didapatkan.

Pengetahuan menunjukan perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Daya mengingat dan cara memahami pada perempuan lebih baik dibandingkan dengan laki laki. Perubahan kemampuan kognitif didasari dengan adanya peningkatan pengetahuan, perempuan lebih memiliki kemauan dan kemampuan untuk memahami informasi terkait pengetahuan yang berpengaruh untuk menunjang kesehatannya. Pengetahuan akan mendasari pemahaman tentang suatu penyakit, sehingga dapat mempengaruhi perilaku individu untuk menyikapi penyakit (Obella, Zaraz dan Adliyani Nur, 2015). Perempuan cenderung lebih hati hati saat menyikapi suatu masalah atau penyakit yang di deritanya. Perempuan memiliki pemikiran untuk mencegah penyakit supaya kualitas hidup lebih baik dan berfikir tentang kondisi masa depan yang akan dihadapinya.

Peningkatan pengetahuan lebih mengarah pada kesadaran dan kemauan individu dalam melakukan pencegahan terjadinya komplikasi. Inovasi gerakan masyarakat hidup sehat terhadap pencegahan komplikasi penyakit Hipertensi melalui program pemerintah yaitu gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) yang lebih mengutamakan upaya preventif dan promotif tanpa menghilangkan upaya kuratif dan rehabilitatif melalui intervensi program CERDIK (Rahmawaty dkk., 2019). Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarkat tentang upaya pencegahan penyakit tidak menular (PTM) melalui edukasi CERDIK (Anita dkk., 2021). Pendekatan CERDIK adalah langkah preventif yang merupakan singkatan dari cek kesehatan secara berkala,

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

enyahkan asap rokok, rajin olah raga, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stress.

Pengetahuan program CERDIK menjadi awal yang sangat penting untuk mencegah komplikasi Hipertensi dan membentuk perilaku hidup sehat pada penderitanya (Adventus, Jaya & Mahendra, 2019). Promosi kesehatan yang dilakukan oleh peneliti didasari pengetahuan dan skill yang dimiliki untuk memberikan asuhan proses keperawatan yang efektif dapat memanajemen penyakit kronis seperti Hipertensi. Promosi kesehatan di masa ini dapat dilakukan melalui berbagai media. Pada penelitian ini media promosi kesehatan yakni dengan menggunakan Ppt dan leaflet. Kegiatan promosi kesehatan tersebut dilakukan dan dipantau langsung oleh peneliti. Sehingga suatu strategi dapat terlaksana dengan semestinya (C. T. Hidayat dkk., 2022).

Berdasarkan data di atas bahwa Hipertensi merupakan peyakit degeneratif dan kronis yang memerlukan penatalaksanaan sejak dini melalui pencegahan. Pengalaman individu mengalami kondisi kesehatan yang tidak menyenangkan akan mendorong individu tersebut mencari tahu dan mengikuti sesuai kemampuan nya. Pengalaman merupakan suatu proses dalam memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang telah di peroleh dalam memecahkan masalah yang di hadapi saat masa lalu dan dapat di gunakan dalam upaya memperoleh pengetahuan. Pengalaman juga perlu di dukung pendidikan yang memadai Jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, namun mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dan lain lain, maka hal tersebut dapat meningkatkan pengetahuan seseorang

Kondisi lingkungan juga berpengaruh dalam proses penyerapan pengetahuan, dalam suatu lingkungan, terjadi karena adanya interaksi yang akan di respon sebagai pengetahuan oleh setiap individu. Bentuk pelayanan kesehatan yang berupa preventif dan promotif, merupakan bentuk kondisi lingkungan yang dapat di optimalkan untuk meningkatkan kemampuan kognitif seseorang. Kebiasaan yang sering dilakukan oleh masyarakat dapat meningkatkan pengetahuannya, status ekonomi juga dapat mempengaruhi pengetahuan

Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

dengan tersedianya fasilitas yang mendukung informasi dan pengetahuan itu didapatkan.

Kesimpulan

Pengetahuan masyarakat tentang program pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi setelah diberikan edukasi menjadi meningkat dan masyarkat lebih memahami perawatan diri dalam mencegah komplikasi Stroke sehingga kualitas hidup menjadi lebih baik dan komplikasi penyakit dapat di cegah secara optimal. Diharapkan melalui edukasi dapat meningkatkan kesadaran terhadap pencegahan Stroke. Penerapan pola hidup sehat secara rutin pada penderita Hipertensi dengan menghindari rokok dan asap rokok, melakukan aktifitas fisik, mengurangi makanan berminyak dan berlemak, cek kesehatan secara rutin dan mengelola stress.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih di sampaikan kepada pihak pihak yang telah membantu kegiatan pengabdian kepada masyarakat, yakni Ketua STIKES Karya Husada Kediri, Ka Prodi S1 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, Kepala LPPM STIKES Karya Husada Kediri, Kepala Desa Darungan Kecamatan Pare Kabupaten Kediri dan Masyarakat Desa Darungan serta rekan rekan sejawat yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Konflik Kepentingan

Tidak ada Konflik Kepentingan

Konstribusi Penulis

Seleuruh Penulis melaksanaan pembuatan proposal, proses pengambilan data dan juga pembuatan manuskrip

Referensi

Amila, JannoSinaga, E. S. (2019). Pencegahan Stroke Berulang Melalui Pemberdayaan Keluarga Dan Modifikasi Gaya Hidup. *Jurnal Abdimas*, *22*(2), 143–150.

Amira, R., Hidayat, N. A., Mustofa, F. L., & Hermawan, D. (2018). *HUBUNGAN LAMA MENDERITA HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT PERTAMINA BINTANG*

Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

AMIN HUSADA BANDAR LAMPUNG TAHUN 2021. Medical Profession Journal of Lampung, *12*(3), 486-494.

Anita, F. A., Carolina, Y., Sampe, S. A., & SJMJ, F. G. (2021). *Efektivitas Perilaku Cerdik dan Patuh untuk Mencegah Stroke Berulang*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, *10*(1), 118-126.

Anggraeni, W. N., & Subandi. (2014). Pengaruh terapi dzikir untuk menurunkan stress pada penderita hiprtensi esensial. *Jurnal Intervensi Psikologi*, *6*(1), 81–102.

Anita, F., Rahayu, E., Carolina, Y., Sampe, A., & Ganut, F. (2021). Efektivitas Perilaku Cerdik Dan Patuh Cegah Stroke Berulang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, *4*(1), 1–12. https://doi.org/10.32584/jikmb.v4i1.779

Azri Hazwan, & Gde Ngurah Indraguna Pinatih. (2017). Gambaran Karakteristik penderita Hipertensi dan tingkat kepatuhan minum obat di wilayah kerja puskesmas kintamani I. *Intisari Sains Medis*, *8*(2), 130–134. https://doi.org/10.1556/ism.v8i2.127

Dalimartha, (2018). *Sosiodemografi Dengan Perilaku Pencegahan Stroke Pada Klien Hipertensi*. *Jurnal Gema Keperawatan*, *11*(1).

Darmawan, D., & Zulfa, S. (2015). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Motivasi Pasien Hipertensi Tentang Pelaksanaan Diet Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam Rs. Rajawali Bandung. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, *1*(1), 56. https://doi.org/10.17509/jpki.v1i1.1187

Darmawan, D., & Zulfa, S. (2015). *Pengaruh promosi kesehatan terhadap motivasi pasien Hipertensi tentang pelaksanaan diet Hipertensi di poliklinik penyakit dalam RS. Rajawali bandung*. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia, *1*(1), 56-73.

Darmawati, I., & Dulgani, D. (2019). *Perawatan diri lansia Hipertensi di kelurahan cirejag karawang*. Jurnal Keperawatan Komprehensif *(Comprehensive Nursing Journal)*, *5*(1), 1-9.

Dinengsih, S., & Gustiani, T. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Pencegahan Stroke Dengan Merubah Gaya Hidup* Di Desa Banyumas Wilayah Kerja Puskesmas Bojong Kabupaten Pandeglang Tahun 2018. *Jurnal*

Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

Keperawatan Malahayati, *4*(4).

Eriyani, T., Sugiharto, F., Hidayat, M. N., Shalahuddin, I., Maulana, I., & Rizkiyani, F. (2022). Intervensi Berbasis Self-Care Pada Pasien Hipertensi: a Scoping Review. *Jurnal Keperawatan BSI*, *10*(1), 41–52. http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/711

Erni,(2015).*Kesadaran Diri Pasien Hipertensi dalam Pencegahan Kejadian Stroke di Puskesmas Tambakrejo b Surabaya*. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya. ISSN: 2684-9518 Jihan, A, (2018).

Fauziah, Y., & Syahputra, R. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara Tahun 2019. *Journal of Midwifery Senior*, *4*(2), 25–37.

Harahap, R. A., Rochadi, R. K., & Sarumpae, S. (2018). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, *1*(2), 68–73. https://doi.org/10.24912/jmstkik.v1i2.951

Hidayat, C. T., Laksono, S. B., Adi K, H., Eko W, N., & Zuhri, I. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Hipertensi Dengan Program Cerdik Pada Lansia Di Desa Kasiyan RW 12 dan 13 Kabupaten Jember. *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial Dan Eksakta*, *1*(2), 108–115. https://doi.org/10.47134/trilogi.v1i2.26

Husnaniyah, D., Hidayatin, T., & Handayani, E. J. (2022). *Perilaku Pencegahan Stroke Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jatibarang Indramayu*. *10*(1), 1–52. https://doi.org/10.21608/pshj.2022.250026

Muflih, M., & Halimizami, H. (2021). *Hubungan tingkat pengetahuan dan gaya hidup dengan upaya pencegahan Stroke pada penderita Hipertensi di puskesmas desa binjai medan*. Indonesian Trust Health Journal, *4*(2), 463-471.

Nisa, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). *Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi*. Jurnal

Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama, *9*(2), 146-155

Nurarifah, N., & Damayanti, R. (2022). *Self Management Pasien Hipertensi dalam Mengontrol Tekanan Darah*. *Jurnal Keperawatan Silampari*, *5*(2), 641-649.

Nurmayunita, M. (2019). *Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audio visual terhadap perilaku perawatan Hipertensi pada lansia di dusun beji wetan sendangsari pajangan bantul yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Aisyiyah Yogyakarta).

Obella, Zaraz dan Adliyani, Nur. (2015). *Pengaruh Prilaku Individu terhadap Hidup Sehat.* Journal Majority. Vol 4 (7).

Oktarina, Y., Nurhusna, Kamariyah, & Mulyani, S. (2020). Edukasi Kesehatan Penyakit Stroke Pada Lansia. *Medic*, *3*(2), 106–109.

Ota, M.(2017). *Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Dengan Pengendalian Faktor Resiko Di Puskesmas Khatulistiwa Pontianak*. *ProNers*, *3*(1).

Rianti, A., Sukron, S., & Tiranda, Y. (2019). Pola Pencegahan Primer Stroke Oleh Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang: Studi Deskriptif. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *4*(2). https://doi.org/10.30651/jkm.v4i2.3127

Riegel, B., Moser, D. K., Buck, H. G., VaughanDickson, V., B.Dunbar, S., Lee, C. S., Lennie, T. A., Lindenfeld, J. A., Mitchell, J. E., Treat-Jacobson, D. J., & Webber, D. E. (2017). Self-care for the prevention and management of cardiovascular disease and Stroke: A scientific statement for healthcare professionals from the American heart association. *Journal of the American Heart Association*, *6*(9), 1–27. https://doi.org/10.1161/JAHA.117.006997

Riskesdas. (2018). Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

Rustiawati, E. (2022). Penanganan Kegawatdaruratan Di Rumah: Serangan Stroke dan Pencegahan Terjadinya Stroke. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, *1*(1), 34–36. https://doi.org/10.56303/jppmi.v1i1.40

Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.



Sapang, F. A. E. R., Carolina, Y., Sampe, A., & Ganut, F. (2021). *Efektivitas Perilaku CERDIK dan PATUH Cegah Stroke Berulang*. Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah, *4*(1), 1-12.

Sentana, & A'an Dwi. (n.d.). *PERAWATAN DIRI HIPERTENSI DALAM UPAYA MENGONTROL TEKANAN DARAH*

Seprina, S., Herlina, H., & Bayhakki, B. (2022). *Hubungan Perilaku CERDIK terhadap Pengontrolan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi* di. *Holistic Nursing and Health Science*, *5*(1), 66-73.

Setiawan, P. A. (2020). Diagnosis Dan Tatalaksana Stroke Hemoragik. *Jurnal Medika Utama, 02*(01), 402–406.

Sodikin, S., Asiandi, A., & Supriyadi, S. (2021, February). *Pelatihan Deteksi Dini Stroke Dengan Metode Segera Ke Rs Bagi Warga Muhammadiyah.* In *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP* (Vol. 2, pp. 122-129).

Wahyuningsih, R. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Stroke Terhadap Perilaku Mencegah Stroke Pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Jarum Kecamatan Bayat Klaten Jawa Tengah. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Stroke Terhadap Perilaku Mencegah Stroke Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Jarum Kecamatan Bayat Klaten Jawa Tengah, 65.* http://digilib.unisayogya.ac.id/639/1/NASKAH PUBLIKASI.pdf

Yonata, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Jurnal Majority, 5*(3), 17–21. http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1030

https://jakk.candle.or.id/index.php/jakk
Creative Commons Attribution-BY 4.0 International License.

